



**IMPLEMENTASI *PRE TEST* DAN *POST TEST* PADA  
TRAINING AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA  
INDONESIA SHIP MANAGEMENT**

**SKRIPSI**

**Untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Pelayaran pada  
Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang**

**Oleh**

**SINTA INDAH RIANSARI**

**NIT. 531611306245 K**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KETATALAKSANAAN  
ANGKUTAN LAUT DAN KEPELABUHANAN  
POLITEKNIK ILMU PELAYARAN  
SEMARANG**

**2020**



**IMPLEMENTASI *PRE TEST* DAN *POST TEST* PADA  
TRAINING AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA  
INDONESIA SHIP MANAGEMENT**

**SKRIPSI**

**Untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Pelayaran pada  
Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang**

**Oleh**

**SINTA INDAH RIANSARI**

**NIT. 531611306245 K**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KETATALAKSANAAN  
ANGKUTAN LAUT DAN KEPELABUHANAN  
POLITEKNIK ILMU PELAYARAN  
SEMARANG  
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI *PRE TEST* DAN *POST TEST* PADA  
*TRAINING* AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA  
INDONESIA SHIP MANAGEMENT

Disusun Oleh :

SINTA INDAH RIANSARI

NIT. 531611306245.K

Telah disetujui dan diterima, selanjutnya dapat diujikan di depan

Dewan Penguji Politeknik Ilmu Pelayaran

Semarang, 5 Agustus 2020

Dosen Pembimbing I  
Materi

Dosen Pembimbing II  
Metodologi dan Penulisan

SRI SUYANTI, S.S., M.Si.

Penata Tk. I (III/d)

NIP. 19560822 197903 2 001

Capt. AKHMAD NDORI, S.ST., M.M., M.Mar

Penata (III/c)

NIP. 19770410 201012 1 002

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan

NUR ROHMAH, S.E., M.M.

Penata Tk. I (III/d)

NIP. 19750318 200312 2 001

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "**IMPLEMENTASI *PRE TEST* DAN *POST TEST* PADA *TRAINING* AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA INDONESIA SHIP MANAGEMENT**" Karya,

Nama : SINTA INDAH RIANSAARI

NIT : 531611306245 K

Program Studi : Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan

Telah dipertahankan di hadapan Panitia Penguji Skripsi Prodi Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan, Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang pada hari..... tanggal.....

Semarang,.....

Penguji I

Penguji II

Penguji III

R.A. JUSU O HADI WIBOWO, S.IP., M.M.

Penata Tk. I (III/d)

NIP. 19560121 198103 1 005

SRI SUYANTI, S.S., M.Si.

Penata Tk. I (III/d)

NIP. 19560822 197903 2 001

TONY SANTIKO, S.ST., M.Si.

Penata Muda Tk. I (III/b)

NIP. 19760107 200912 1 001

Mengetahui

DIREKTUR POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG

Dr. Capt. MASHUDI ROFIK, M.Sc.

Pembina Tk. I (IV/b)

NIP. 19670605 199808 1 001

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

N a m a : SINTA INDAH RIANSARI

NIT : 531611306245K

Program Studi : Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**IMPLEMENTASI PRE TEST DAN POST TEST PADA TRAINING AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA INDONESIA SHIP MANAGEMENT**" adalah benar hasil karya saya sendiri bukan jiplakan/plagiat skripsi dari orang lain dan saya bertanggung jawab kepada judul maupun isi dari skripsi ini. Bilamana terbukti merupakan jiplakan dari orang lain maka saya bersedia untuk membuat skripsi dengan judul baru dan atau menerima sanksi lain.

Semarang, .....2020

Yang menyatakan,



**SINTA INDAH RIANSARI**  
NIT. 531611306245. K



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### Motto:

“Belajarliah mengucapkan syukur dari hal-hal baik di hidupmu dan belajarliah menjadi pribadi yang kuat dengan hal-hal buruk di hidupmu”. (BJ Habibie)

### Persembahkan:

1. Orang tua tercinta, Bapak Latib dan Ibu Lidia Jumi Astuti
2. Adik kandung tercinta, Arif Reovaldo Zakaria dan Resti Loren Noviantika
3. Almamater tercinta, Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang



## PRAKATA

Dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas karunia dan berkat-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Implementasi *Pre Test* dan *Post Test* pada *Training* Awak Kapal di PT. Samudera Indonesia Ship Management”

Skripsi ini digunakan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Pelayaran di bidang Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan Program Diploma IV (D.IV), Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberi bimbingan, bantuan, dorongan serta petunjuk yang sangat berarti. Oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankanlah peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Yth. Bapak Dr. Capt. Mashudi Rofik, M.Sc selaku Direktur Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.
2. Yth. Ibu Nur Rohmah, SE., MM selaku Ketua Program Studi Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.
3. Yth. Ibu Sri Suyanti, SS, M.Si selaku Dosen Pembimbing Materi Skripsi.
4. Yth. Capt. Akhmad Ndori, S.ST, M.M, M.Mar selaku Dosen Pembimbing Metodologi Penelitian dan Penulisan.
5. Yth. Seluruh Jajaran Dosen, Staff dan Pegawai Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.
6. Ayah dan ibu serta adik yang telah memberikan doa dan semangat.

7. Seluruh Pegawai PT. Samudera Indonesia Ship Management dan Ibu Vivi Zulfiana selaku mentor saat melaksanakan praktek darat yang sangat membantu dan memberikan kesempatan serta pengetahuan kepada peneliti.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang membantu terselesaikannya penulisan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan, oleh karena itu segala teguran serta kritikan yang bersifat membangun akan selalu peneliti harapkan demi memperbaiki kekurangan dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya, tersirat harapan semoga kedepannya, isi yang terkandung dalam skripsi ini dapat memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat bagi banyak pihak, terutama bagi pembaca.

Semarang,

2020

Penulis

  
SINTA INDAH RIANSARI

NIT. 531611306245.K



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAKSI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.5 Sistematika Penulisan .....	8
BAB II. LANDASAN TEORI	
2.1 Kajian Pustaka.....	10
2.2 Kerangka Pikir Penelitian.....	24

### BAB III. METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian.....	25
3.2 Fokus dan Lokus Penelitian .....	26
3.3 Sumber Data Penelitian.....	27
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.5 Teknik Analisi Data .....	35

### BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian.....	38
4.2 Analisis Masalah .....	47
4.3 Pembahasan Masalah.....	48

### BAB V. PENUTUP

5.1 Kesimpulan .....	66
5.2 Saran.....	67

### DAFTAR PUSTAKA

### LAMPIRAN

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Hasil Nilai <i>Communication Skill</i> .....	57
Tabel 4.2	Hasil Nilai <i>Healthy Life Onboard</i> .....	57
Tabel 4.3	Hasil Penilaian Fasilitas <i>Training</i> .....	61
Tabel 4.4	Hasil Penilaian Fasilitator <i>Training</i> .....	63



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir Penelitian .....	24
Gambar 4.1 Sejarah Perusahaan.....	39
Gambar 4.2 Struktur Organisasi .....	43



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Wawancara .....	69
Lampiran 2 Foto Kegiatan .....	74
Lampiran 3 Hasil Penilaian <i>Pre Test</i> .....	76
Lampiran 4 Hasil Penilaian <i>Post Test</i> .....	92
Lampiran 5 Hasil Penilaian Fasilitas dan Fasilitator .....	108





## ABSTRAKSI

**Sinta Indah Riansari**, 2020, NIT: 531611306245 K, “*Implementasi Pre Test Dan Post Test Pada Training Awak Kapal Di PT. Samudera Indonesia Ship Management*”. Skripsi. Program Diploma IV, Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan, Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, Pembimbing I: Sri Suyanti, S.S, M.Si, Pembimbing II: Capt. Akhmad Ndori, S.ST, M.M, M.Mar.

*Training* di PT.Samudera Indonesia Ship Management bertujuan membekali materi dan meningkatkan pengetahuan awak kapal saat bekerja di atas kapal. Dari beberapa materi yang disampaikan, *Communication Skill and Healthy Life Onboard* memberikan *pre test* dan *post test* kepada peserta sedangkan materi lain tidak diberikan. Tujuan penelitian ini mengetahui penyebab *pre test* dan *post test* tidak diberikan kepada peserta *training* dan faktor pendukung perlu dilaksanakan *pre test* dan *post test*.

Metode yang dipakai deskriptif kualitatif dengan mendeskripsikan secara terperinci implementasi *pre test* dan *post test* pada *training* awak kapal. Data diperoleh dengan observasi, wawancara, studi pustaka, dan dokumentasi saat kegiatan *training*.

Hasil penelitian menunjukkan *pre test* dan *post test* tidak diberikan kepada peserta karena belum ada ketentuan dan tergantung dari fasilitator. Faktor pendorong perlunya dilaksanakan *pre test* dan *post test* yaitu dari kinerja awak kapal saat *onboard* setelah mengikuti *training*, hasil *pre test* dan *post test* materi *Communication Skill and Healthy Life Onboard* dan penilaian peserta terhadap fasilitator dan fasilitas *training*. Saran yang diberikan yaitu perlunya evaluasi untuk mempertimbangkan pemberian *pre test* dan *post test*, membuat regulasi yang jelas mengenai pelaksanaan *pre test* dan *post test*, serta memberikan penghargaan bagi peserta yang memiliki nilai terbaik saat kegiatan *training*.

**Kata Kunci :** *Pre Test* dan *Post Test*, *Training*, Awak Kapal

## ABSTRACT

**Sinta Indah Riansari, 2020, NIT: 531611306245 K, "Implementation of Pre Test and Post Test on ship crew Training at PT. Samudera Indonesia Ship Management". Thesis. Diploma IV Program, Port and Shipping Department, Semarang Merchant Marine Polytechnic, mentor I: Sri Suyanti, S. S, M.Si, Supervisor II: Capt. Akhmad Ndori, S.ST, M. M, M. Mar.**

*Training at PT. Samudera Indonesia Ship Management aims to provide participants with some materials to be delivered in order to improve the knowledge while working on board. Among the material presented, Communication Skill and Healthy Life Onboard provide pre test and post test to the participants while the other material has not been implemented pre test and post test. The problem in this thesis is why the pre test and post test is not given to the trainees and what are the factors that support the need to be implemented pre test and post test.*

*The method used in this research is a qualitative descriptive. Tthis method data obtained by observation, interviews, literature review, and documentation during the training activities..*

*The results of this study showed that the pre test and post test was not given to the participants because there was no provision and depends on the facilitator. The driving factor need to be given pre test and post test that is from crew performance when onboard after attending training, the results of pre test and post test material Communication Skill and Healthy Life Onboard and assessment participants to the facilitator and training facilities. Advice given by researchers is the need for evaluation to consider the provision of pre test and post test, make clear regulation on the implementation of pre test and post test, and give appreciation for participants who have the best value during the training activities.*

**Keywords:** Pre Test and Post Test, Training, Crew,

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Perdagangan Internasional merupakan kegiatan jual beli yang dilakukan oleh dua atau lebih negara sebagai subyek hukum internasional, baik barang maupun jasa atas dasar kesepakatan bersama, secara legal dilakukan dengan perjanjian sebagai dasar pengikat. Faktor pendorong terjadinya perdagangan internasional adalah kepentingan nasional suatu negara, kebutuhan pembangunan, penguasaan ilmu pengetahuan serta teknologi, perbedaan kekayaan sumber daya alam, perbedaan kebutuhan, perbedaan iklim, keinginan memperluas pasar dan keuntungan, dan kelebihan atau kekurangan produk dari suatu negara. Ekspor dan impor merupakan salah satu wujud perdagangan internasional yang sangat penting bagi kemajuan suatu negara, hal ini berkaitan erat dengan kegiatan ekonomi suatu negara. Ekspor merupakan kegiatan ekonomi yang menjual barang atau jasa ke luar negeri, sedangkan impor adalah kegiatan ekonomi yang membeli barang atau jasa dari negara lain. Kegiatan ekspor impor dilakukan antarnegara untuk saling memenuhi kebutuhan bagi masing-masing negara. Proses mengimpor umumnya adalah tindakan memasukan barang atau komoditas dari negara lain ke dalam negeri. Impor barang secara besar melibatkan bea cukai di negara pengirim maupun negara penerima. Impor adalah bagian penting dari perdagangan internasional. Mengimpor barang dilakukan karena suatu negara tidak dapat menghasilkan suatu barang ataupun jika dapat menghasilkan

tetapi tidak dapat mencukupi kebutuhan dalam negeri. Ekspor adalah kegiatan menjual atau mengirim barang dagangan keluar negeri sesuai dengan ketentuan pemerintah dengan pembayaran atau mata uang internasional yaitu Dollar Amerika. Mengekspor barang dilakukan karena suatu negara membutuhkan barang dan jasa yang dihasilkan negara lain untuk mencukupi kebutuhan dalam negeri mereka.

Negara Indonesia adalah bagian dari negara yang melakukan kegiatan perdagangan ekspor impor. Kegiatan tersebut dilakukan karena besarnya keuntungan yang didapatkan oleh negara Indonesia. Keuntungan yang diperoleh dari kegiatan ekspor kecuali devisa, juga peluang memperluas pasar bagi produk Indonesia di negara lain, contohnya produk pakaian batik Indonesia yang mulai dikenal dunia, apabila permintaan batik dari luar negeri meningkat, maka para produsen batik di Indonesia semakin besar produksinya dan semakin luas pemasarannya. Dengan demikian, kegiatan produksi batik di Indonesia akan lebih berkembang. Keuntungan dari kegiatan impor adalah memperoleh barang dan jasa yang tidak bisa dihasilkan contohnya mendapat bahan baku yang digunakan untuk produksi barang dalam negeri.

Proses kegiatan ekspor impor membutuhkan sarana dan prasarana penunjang kelancaran kegiatan tersebut. Salah satu yang dibutuhkan adalah transportasi sebagai sarana pengirim barang atau jasa. Saat ini transportasi angkutan laut adalah salah satu pilihan yang dapat digunakan untuk kegiatan ekspor impor karena memiliki kesanggupan jangkauan jarak jauh. Selain itu,

apabila menggunakan jasa transportasi angkutan laut akan memiliki kapasitas untuk mengangkut muatan lebih banyak, penggunaan bahan bakar yang efisien, serta dapat menjangkau daerah pedalaman.

Lancarnya kegiatan menggunakan transportasi laut dalam pengoperasian kapal merupakan tujuan dari setiap perusahaan pelayaran saat ini. Pada perusahaan pelayaran, faktor kualitas sumber daya manusia memiliki peranan paling penting dalam mencapai keuntungan, efisiensi dan efektifitas layanan perusahaan. Dalam layanan jasa transportasi laut, awak kapal berperan langsung dalam kegiatan pengoperasian kapal dan pengangkutan barang, sehingga awak kapal harus memiliki keahlian, kedisiplinan, kecakapan, dan profesionalisme yang tinggi agar dapat mengoperasikan kapal dan memberi layanan jasa transportasi dengan baik dan memuaskan bagi penggunaanya. Oleh karena itu setiap perusahaan pelayaran harus berusaha meningkatkan sumber daya manusia yang terencana, terarah, terpadu dan bertahap baik secara kualitas dan kuantitas, sesuai dengan kebutuhan dan tantangan kekinian, sehingga tersedia sumber daya manusia dalam layanan transportasi laut yang kompeten dan mumpuni dibidangnya. Maka dari itu, pengembangan pengetahuan dan keterampilan penguasaan teknologi kelautan sumber daya manusia memiliki peran utama untuk mencapai suatu tujuan perusahaan.

PT. Samudera Indonesia Ship Management (SISM) merupakan salah satu perusahaan pelayaran yang bergerak dibidang jasa untuk menyediakan jasa profesional dan biaya manajemen kapal yang efisien untuk kapal pemilik



atau operator. Untuk mendukung kegiatan jasa yang diberikan oleh PT. Samudera Indonesia Ship Management, sangat dibutuhkan armada yang baik dan memiliki sumber daya manusia yang kompeten dibidangnya. Menyikapi hal tersebut sangat diperlukan pengembangan kompetensi sumber daya manusia dibidang transportasi laut yang memiliki pengetahuan, kemampuan, dan keterampilan yang berstandar internasional.

Salah satu pelayanan yang diberikan PT. Samudera Indonesia Ship Management (SISM) adalah *Training Ship Management* untuk awak kapal supaya dapat meningkatkan kualitas saat bekerja di atas kapal. Oleh karena itu, sebelum awak kapal diberangkatkan akan diberikan *training* untuk meningkatkan pengetahuan dan kinerja yang profesional saat bekerja di atas kapal. Diharapkan *training* ini dapat berguna bagi kedua pihak yaitu bagi perusahaan dan bagi awak kapal. Bagi perusahaan akan memiliki awak kapal yang berkualitas, awak kapal sudah siap untuk diberangkatkan, serta dapat menjalin hubungan yang baik antara awak kapal dengan pihak perusahaan. Selain itu, manfaat yang didapat untuk awak kapal dapat menambah pengetahuan dan pengalaman di atas kapal, menguasai dan menyesuaikan kembali informasi terbaru seputar dunia maritim, dan menjalin keakraban sesama awak kapal.

Dalam kegiatan *Training Ship Management* untuk awak kapal, PT. Samudera Indonesia Ship Management (SISM) memiliki departemen khusus untuk kegiatan *training*, yaitu *Training Department*. *Training* merupakan salah satu syarat yang ditetapkan oleh perusahaan kepada awak kapal

sebelum bekerja di atas kapal dan untuk menunjang keterampilan awak kapal. *Training Department* mempunyai tujuan untuk memberikan tambahan wawasan, pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang baik untuk para awak kapalnya. *Training Department* menyediakan pelayanan *Training Ship Management* bagi awak kapal untuk meningkatkan kualitas awak kapal saat bekerja di atas kapal sesuai dengan materi yang dibutuhkan. *Training* yang diberikan terdiri dari beberapa materi yaitu ISPS CODE, ISO 14001, MARPOL, *Shipboard Maintenance*, MLC 2006, *Fleet Campaign (Purifier must be Run Continously)*, *Fleet Campaign (Safe Navigation)*, *Fleet Campaign (Safe Cargo Operasional)*, *Communication Skill & Healthy Life Onboard*, *Risk Management and Risk Assessment*.

*Training Department* menyiapkan pengajar yang ahli dan berpengalaman sesuai dengan bidangnya, maka setiap pengajar harus menguasai materi yang akan disampaikan kepada awak kapal. Dalam *training* tersebut, pengajar berasal dari karyawan yang terpilih karena memiliki potensi dan memenuhi syarat di PT. Samudera Indonesia Ship Management. Selain itu, *Training Departement* juga memberikan fasilitas yang memadai berupa Modul yang berisi materi *training* dan ruangan yang nyaman saat pelaksanaan *Training*.

Saat mengikuti *Training Ship Management*, pengajar akan menyampaikan materi serta memberikan *Pre Test* dan *Post Test* kepada awak kapal. *Pre test* merupakan ujian yang diberikan kepada awak kapal sebelum *training* tersebut dimulai sedangkan *Post Test* adalah Ujian yang diberikan

kepada awak kapal setelah materi *training* selesai disampaikan. Namun saat ini, pelaksanaan *Pre Test* dan *Post Test* pada *Training Ship Management*, hanya diberikan pada 1 materi yaitu pada *Communication Skill & Healthy Life Onboard*. Sedangkan untuk materi yang lain belum dilaksanakan *Pre Test* dan *Post Test* saat berlangsungnya *Training*.

Sehubungan dengan uraian di atas peneliti terdorong untuk memilih judul tentang “IMPLEMENTASI *PRE TEST* DAN *POST TEST* PADA *TRAINING AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA INDONESIA SHIP MANAGEMENT*”.

## 1.2. Perumusan Masalah

Untuk memperoleh sumber daya manusia yang memiliki keahlian yang baik saat bekerja di atas kapal serta memiliki kinerja yang sesuai dengan standar dan harapan perusahaan, maka *training* yang diberikan PT. Samudera Indonesia Ship Management memiliki peran aktif untuk mewujudkan awak kapal yang ahli dan profesional. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut :

- 1.2.1. Mengapa *pre test* dan *post test* tidak diberikan kepada peserta *training*?
- 1.2.2. Faktor apa yang mendukung perlunya dilaksanakan *pre test* dan *post test*?

## 1.3. Tujuan Penelitian

Berkaitan dengan permasalahan yang menjadi latar belakang penelitian maka tujuan dari penelitian ini adalah :

- 1.3.1 Mengetahui penyebab *pre test* dan *post test* tidak diberikan kepada peserta *training*
- 1.3.2 Mengetahui faktor yang mendukung perlunya dilaksanakan *pre test* dan *post test*

#### 1.4. Manfaat Penelitian

Ada beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari kegiatan penelitian ini, baik untuk dunia pendidikan, perusahaan, bagi masyarakat maupun bagi peneliti sendiri.

##### 1.4.1. Manfaat teoritis

###### 1.4.1.1. Bagi Lembaga Pendidikan Politeknik Ilmu Pelayaran

Semarang dapat digunakan sebagai strategi pengembangan meningkatkan kualitas dan pengetahuan pendidikan serta untuk tambahan literatur dalam proses pembelajaran.

###### 1.4.1.2. Bagi pembaca dapat memberikan tambahan wawasan dalam implementasi *pre test* dan *post test* pada *training* awak kapal.

##### 1.4.2. Manfaat praktis

###### 1.4.2.1. Bagi perusahaan dapat menjadi pertimbangan yang bermanfaat sebagai sumber referensi memecahkan masalah dan menjadi acuan dalam mengambil kebijakan manajemen di PT. Samudera Indonesia Ship Management

###### 1.4.2.2. Bagi taruna dapat menambah pengetahuan tentang penerapan, pengaplikasian serta dampak *pre test* dan *post test* pada kegiatan *training* untuk awak kapal serta

memberi contoh melalui pengalaman sehingga taruna dapat lebih mengembangkan pola pikirnya.

- 1.4.2.3. Bagi pembaca dapat mengerti tentang pengaplikasian serta dampak *pre test* dan *post test* pada kegiatan *training* untuk awak kapal

#### **1.4. Sistematika Penulisan**

Supaya mendapat gambaran yang nyata, jelas, dan mudah dimengerti, maka dalam pembahasan ini akan peneliti uraikan dengan sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

#### **BAB I PENDAHULUAN**

- 1.1. Latar Belakang
- 1.2. Rumusan Masalah
- 1.3. Tujuan Penelitian
- 1.4. Manfaat Penelitian
- 1.5. Sistematika Penulisan

#### **BAB II LANDASAN TEORI**

- 2.1 Kajian Pustaka
- 2.2 Kerangka Pikir Penelitian

#### **BAB III METODE PENELITIAN**

- 3.1. Metode Penelitian
- 3.2. Fokus dan Lokus Penelitian
- 3.3. Sumber Data Penelitian
- 3.4. Teknik Pengumpulan Data
- 3.5. Teknik Analisis Data



## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian

### 4.2 Analisis Masalah

### 4.3 Pembahasan Masalah

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Simpulan

### 5.2 Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### 1.5. Kajian Pustaka

##### 2.1.1. Implementasi dan Tujuan Implementasi

Implementasi merupakan suatu pelaksanaan atau tindakan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara terperinci. Secara sederhana implementasi dapat diartikan pelaksanaan atau penerapan. Menurut Kamus besar Bahasa Indonesia implementasi berarti penerapan. *Browne* dan *Wildavsky* menyatakan bahwa implementasi adalah perluasan aktivitas yang saling menyesuaikan. Adapun *Schubert* mengemukakan bahwa implementasi adalah sistem rekayasa. Implementasi biasanya dilakukan setelah perencanaan sudah matang.

Menurut *Arinda* (2018:19) Implementasi bermuara pada aktivitas, adanya aksi, tindakan, atau mekanisme suatu sistem. Ungkapan mekanisme mengandung arti bahwa implementasi bukan sekedar aktivitas, tetapi suatu kegiatan yang terencana dan dilakukan secara sungguh-sungguh berdasarkan acuan norma tertentu untuk mencapai tujuan kegiatan.

Dari uraian di atas memperlihatkan bahwa konsep mengenai implementasi berbeda-beda namun memiliki arti yang sama, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengertian implementasi adalah suatu kegiatan yang terencana, bukan hanya suatu aktivitas dan dilakukan

secara sungguh-sungguh berdasarkan acuan norma-norma tertentu untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Secara praksis konsep implementasi dapat diartikan sebagai penerapan atau operasionalisasi suatu aktivitas guna mencapai sasaran atau tujuan yang telah ditetapkan.

### 2.1.2. *Pre Test dan Post Test*

Tes merupakan istilah yang berasal dari Bahasa Perancis Kuno yaitu “*testum*” yang berarti piring untuk menyisihkan logam mulia. Sedangkan dalam Bahasa Indonesia *tes* diartikan sebagai ujian atau percobaan. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), tes merupakan ujian tertulis, lisan, atau wawancara untuk mengetahui pengetahuan, kemampuan, bakat, dan kepribadian seseorang. Secara umum tes dapat diartikan sebagai alat yang dipergunakan untuk mengukur pengetahuan atau penguasaan obyek ukur terhadap seperangkat konten dan materi tertentu.

Menurut Esty (2018:2), tes (*test*) merupakan suatu alat penilaian dalam bentuk tulisan untuk mencatat atau mengamati prestasi siswa yang sejalan dengan target penilaian. Tes merupakan salah satu upaya pengukuran terencana yang digunakan oleh guru untuk mencoba menciptakan kesempatan bagi siswa dalam memperlihatkan prestasi mereka yang berkaitan dengan tujuan yang telah ditentukan.

Dari pendapat yang disampaikan secara teoritis, pengertian tes, merupakan alat atau prosedur yang digunakan untuk mengevaluasi

individu maupun kelompok yang memenuhi standar dengan fokus perhatian mengamati satu atau lebih karakteristik seseorang yang hasilnya dapat dijadikan sebagai dasar dalam pengambilan keputusan.

Selain pengertian tes, ada beberapa macam fungsi tes, yaitu :

1. Tes dapat berfungsi sebagai alat ukur prestasi belajar peserta tes.

Sebagai alat untuk mengukur prestasi belajar maksudnya adalah untuk mengukur tingkat kemajuan dan perkembangan yang telah dicapai peserta didik setelah menempuh proses belajar mengajar dalam jangka waktu tertentu. Tes juga sebagai umpan balik (*feedback*) untuk mengukur keberhasilan program pengajaran yang berfungsi mengetahui seberapa jauh tujuan program pengajaran yang telah ditentukan dapat dicapai serta seberapa banyak yang belum tercapai serta menentukan langkah perbaikan yang perlu dilakukan untuk mencapainya.

2. Tes berfungsi sebagai motivator dalam pembelajaran. Sebagian besar ahli teori pembelajaran menekankan pentingnya umpan balik yang berupa nilai untuk meningkatkan intensitas kegiatan belajar.

3. Tes dapat berfungsi sebagai upaya perbaikan kualitas pembelajaran. Faktor penentu perbaikan kualitas pembelajaran adalah dari subyek peserta didik yang mampu mengetahui dan menguasai materi yang disampaikan.

Dalam suatu kegiatan *training* atau pembelajaran, terkadang seorang pengajar akan memberikan tes kepada peserta baik itu diawal

kegiatan atau diakhir pembelajaran. Tes yang diberikan pada awal kegiatan pembelajaran atau *training* biasa disebut dengan *pre test* dan tes yang dilaksanakan setelah mengikuti kegiatan pembelajaran atau *training* disebut *post test*. Istilah *pre test* sering digunakan untuk mengukur pengetahuan awal seseorang dan *post test* digunakan untuk mengukur penguasaan materi setelah kegiatan selesai dilakukan. *Pre test* dan *post test* diberikan dalam bentuk pertanyaan yang harus dijawab dan tugas yang harus dikerjakan.

Pengertian dari *pre test* merupakan tugas yang harus dikerjakan peserta atau berupa pertanyaan dan tugas yang diberikan mengenai suatu materi baru sebelum memulai suatu kegiatan pembelajaran atau *training*. Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal peserta sebelum materi disampaikan oleh pengajar. Sedangkan *post test* adalah bentuk tugas atau pertanyaan yang diberikan setelah materi atau pelajaran disampaikan oleh pengajar yang bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang kemampuan yang dicapai peserta kegiatan pembelajaran/*training* setelah berakhirnya penyampaian materi.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *pre test* dan *post test* adalah suatu kegiatan evaluasi yang dilakukan oleh pengajar atau nara sumber untuk memperoleh informasi tentang pengetahuan, kemampuan, dan kepribadian peserta dengan memberikan seperangkat tugas atau pertanyaan yang sudah direncanakan dan



mampu dijawab dengan benar, baik itu secara lisan atau tertulis. Maka sebagai seorang pengajar harus berusaha menyampaikan materi ajar secara efektif dan menyenangkan sehingga peserta didik dapat memahami dan menguasai dengan baik. Prinsip stimulus – respon ( rangsangan yang membangkitkan tanggapan) menjadi penentu keberhasilan proses belajar.

### 2.1.3. *Training*

Penggunaan istilah *training* (Pelatihan) telah dikemukakan oleh para ahli. *Training* merupakan serangkaian aktivitas yang disusun secara terarah untuk meningkatkan keterampilan, pengalaman, keahlian, penambahan pengetahuan serta sikap seorang individu. Dari pengertian di atas, pelatihan bertujuan agar para peserta kegiatan pelatihan mengalami peningkatan aspek pengetahuan, pengalaman dan keahlian yang berhubungan dengan tugas dan tanggung jawabnya (Rozalena dan Dewi, 2016 hal 108).

Noe (2017, hal 8) mengemukakan pengertian dari pelatihan (*training*) yaitu:

*“Training refers to a planned effort by a company to facilitate learning of job related competencies, knowledge, skills and behaviors by employees. The goal of training is for employees to master the knowledge, skills, and behaviors emphasized in training and apply them to their day to day activities.”*

Dari definisi tersebut menjelaskan bahwa usaha yang dilakukan suatu organisasi untuk mengadakan *training* selalu berhubungan dengan bidang pekerjaan tertentu dan mempunyai empat hal penting

yang ingin ditingkatkan yaitu kompetensi, pengetahuan, keahlian, dan perilaku karyawan.

Berdasarkan uraian diatas mengenai pengertian *training*, dapat disimpulkan bahwa *training* merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memberi, memperoleh, meningkatkan, mengembangkan potensi kerja, disiplin dan sikap yang positif terhadap pekerjaan, serta bertujuan untuk mempersiapkan karyawan supaya saat bekerja mampu memenuhi standar yang diberikan oleh perusahaan.

Begitu juga bagi PT. Samudera Indonesia Ship Management, memberikan *training* kepada awak kapal yang bertujuan untuk menambah keterampilan, kemampuan, dan mental yang baik, serta memberikan wawasan yang dibutuhkan supaya dapat bekerja dengan efektif dan profesional saat di atas kapal.

#### **2.1.4. Awak Kapal**

Menurut UU Nomor 17 Tahun 2008 Tentang Pelayaran, Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 7 Tahun 2000 Tentang Kepelautan, Peraturan Pemerintah Indonesia No. 51 Tahun 2002 Tentang Perkapalan, pengertian awak kapal merupakan orang yang bekerja atau dipekerjakan di atas kapal oleh pemilik atau operator kapal untuk melakukan tugas di atas kapal sesuai dengan jabatannya yang tercantum dalam buku sijiil. Awak kapal terdiri dari beberapa bagian, dan setiap bagian memiliki tugas dan tanggung jawab masing-masing. Bagian tersebut adalah jabatan awak kapal yang dibagi

menjadi 3 departemen yaitu *Deck Department*, *Engine Department*, dan *Catering Department*.

Berikut adalah jabatan serta definisi saat di atas kapal :

#### 2.1.4.1. *Deck Department*

*Deck Department* merupakan orang yang bertanggung jawab untuk kegiatan navigasi kapal, keamanan kapal dan bongkar muat di pelabuhan, perawatan kapal sementara di laut, urusan hukum dan perizinan perjalanan kapal, serta operasional pelayaran.

##### 2.1.4.1.1. Nahkoda/*Master*

Menurut Undang Undang Nomor 17 Tahun 2008 Tentang Pelayaran, menyatakan bahwa nahkoda adalah salah satu dari awak kapal yang menjadi pemimpin tertinggi di kapal dan mempunyai wewenang dan tanggung jawab sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Tugas dan tanggung jawabnya meliputi keamanan kapal, kargo dan lingkungan, kehidupan personil di atas kapal, serta memastikan kapal sudah beroperasi dengan aman sesuai dengan peraturan nasional maupun internasional.

##### 2.1.4.1.2. Mualim 1

Mualim 1 atau *Chief Officer* adalah perwira tertinggi dibawah nahkoda/*master*. Mualim 1

bertanggung jawab kepada nahkoda/*master* mengenai departemen deck yaitu tentang perawatan seluruh kapal kecuali kamar mesin, perencanaan dan pelaksanaan bongkar muat dan operasi cargo, pekerjaan administrasi yang berhubungan dengan pengangkutan cargo atau muatan, mengatur persediaan air tawar dan arah navigasi.

#### 2.1.4.1.3. Mualim II

Mualim II atau *Second Officer* merupakan perwira di bawah *Chief Officer* yang bertugas untuk menjaga peralatan navigasi ruang kemudi, membuat jalur atau rute pelayaran yang akan dilakukan, menyimpan dan memelihara alat-alat pembantu navigasi non elektronik, bertanggung jawab atas bekerjanya pesawat pembantu navigasi elektronik (radar), memelihara *gyiro compa*.

#### 2.1.4.1.4. Mualim III

Mualim III atau *third officer* adalah perwira di bawah *chief officer*, jabatannya bertugas untuk mengatur, memeriksa, memelihara seluruh alat-alat keselamatan kapal seperti *life boats*, *liferafts*, *lifebuoys*, *life jackets*. Selain itu tugas dari *Third*

*Officer* adalah menjaga dan memelihara bendera-bendera (Bendera semboyan internasional, kebangsaan, dan bendera dari perusahaan), mengawasi pendugaan tanki-tanki *ballast* dan got-got palka serta mencatatnya dengan *journal*.

#### 2.1.4.1.5. Markonis/Radio Officer

Markonis/Radio Officer/Spark memiliki tugas sebagai operator radio/komunikasi dan bertanggung jawab untuk menjaga keselamatan kapal dari bahaya baik yang ditimbulkan dari alam seperti kapal tenggelam dan badai.

#### 2.1.4.1.6. Bosun

Bosun atau kepala kerja fisik bertugas untuk membuat laporan kepada *chief officer*, mendapat tugas harian dari *chief officer* untuk melakukan pekerjaan seperti membersihkan kapal dan pengadaan barang-barang kerja. Selain itu, tugas dari bosun yaitu sebagai kepala bekerja bagian *deck*, memimpin dan mengarahkan awak kapal *deck*, mengambil inisiatif untuk bekerja, memelihara alat-alat kerja yang ada dibawah tanggung jawab bosun, dan memahami pekerjaannya.

#### 2.1.4.1.7. Juru Mudi

Juru mudi atau sering disebut dengan *Able Body* (AB) bertugas untuk mengemudikan kapal. Selain mengemudikan kapal, juru mudi harus aktif untuk menjaga kebersihan deck kapal, melakukan dinas jaga di anjungan dan *gangway* serta melakukan pengintaian (*look-out*), menyiapkan bendera-bendera dan alat pemadam di *deck*.

#### 2.1.4.1.8. *Pumpman*

Tugas dari *pumpman* adalah melakukan pemeliharaan rutin mesin deck dan peralatan terutama pompa, serta membantu dalam kegiatan operasional kargo.

#### 2.1.4.1.9. *Ordinary Seaman* (OS)

*Ordinary seaman* adalah seorang rating yang bertugas untuk membantu AB dan seluruh kegiatan deck departemen seperti kebersihan deck dan semua aspek kegiatan operasional pelayaran, ruang kemudi, dan kesiapan peralatan, serta membantu penanganan muatan.

#### 2.1.4.2. *Engine Department*

*Engine Department* adalah orang yang bertanggung jawab terhadap pemeliharaan peralatan mesin di kapal.



#### 2.1.4.2.1. Kepala kamar mesin

Kepala kamar mesin (KKM) atau sering disebut *Chief Enginer* bertanggung jawab kepada nahkoda untuk memimpin kamar mesin. Dan bertugas untuk memastikan semua unit dibawahnya bekerja dengan baik, menjaga kebersihan, disiplin, dan mengikuti praktek kerja yang aman supaya siap apabila sewaktu-waktu diperiksa. Selain itu, KKM bertugas untuk mengidentifikasi potensi bahaya yang berhubungan dengan operasi mesin dan bertindak sesuai untuk menghilangkan mereka, serta evaluasi junior dan laporan kinerja kepada nahkoda.

#### 2.1.4.2.2. Masinis II

Masinis II atau *Second Enginer* bertugas untuk membantu *Chief Enginer* sebagai kepala kerja harian kamar mesin dan bertanggung jawab akan perawatan dan operasi mesin induk. Tugas dari *Second Enginer* adalah menganalisis air dan pengolahan kimian untuk pendingin mesin sistem air utama, melakukan pemeliharaan terhadap peralatan keselamatan dan pemadam kebakaran

yang berada di kamar mesin, serta melakukan tugas-tugas lain yang diberikan oleh *Chief Officer*.

#### 2.1.4.2.3. Masinis III

Masinis III atau *Third Enginer* bertugas membantu *Chief Enginer* saat *manouver* kapal, melakukan dinas jaga dan bertanggung jawab akan perawatan dan operasi mesin bantu. Selain itu, tugas seorang *Third Officer* adalah menjaga bahan bakar minyak dan pemurni minyak pelumas, menjaga peralatan yang berada di ruang mesin sesuai perintah *Chief Engineer*, dan melakukan tugas lainnya yang diberikan oleh *Chief Engineer*.

#### 2.1.4.2.4. Mandor Mesin

Mandor mesin atau foreman merupakan kepala kerja bagian Engine yang bekerja dibawah arahan *second enginer*. Selain itu, foreman juga memiliki peran penting untuk menjaga kebersihan kamar mesin.

#### 2.1.4.2.5. Fitter

*Fitter* yaitu awak kapal yang bertugas untuk pengelasan pipa bawah laut dan di atas kapal.

#### 2.1.4.2.6. *Oiler*

*Oiler* merupakan awak kapal yang bertugas dibawah pimpinan mandor mesin untuk melaksanakan tugas harian kamar mesin dan melakukan dinas jaga, mencatat pemasukan dan pengeluaran bahan bakar minyak, dan melaporkan kepada masinis jaga apabila ada kelainan pada pesawat-pesawat indikator minyak.

#### 2.1.4.2.7. *Wipper*

*Wipper* adalah awak kapal bagian engineer yang bertugas untuk melakukan semua aspek tugas bagian kamar mesin, seperti pemeliharaan dan perbaikan serta kebersihan kamar mesin.

#### 2.1.4.3. *Catering Department*

*Catering Department* bertanggung jawab untuk seluruh aspek kuliner.

##### 2.1.4.3.1. Juru masak

Juru masak atau *cook* bertanggung jawab atas departemen catering dan melaporkannya kepada nahkoda/master. Tanggung jawab departemen catering berupa mengolah dan memasak makanan diatas kapal serta mengatur

penyimpanan makan di tempat penyimpanan makanan.

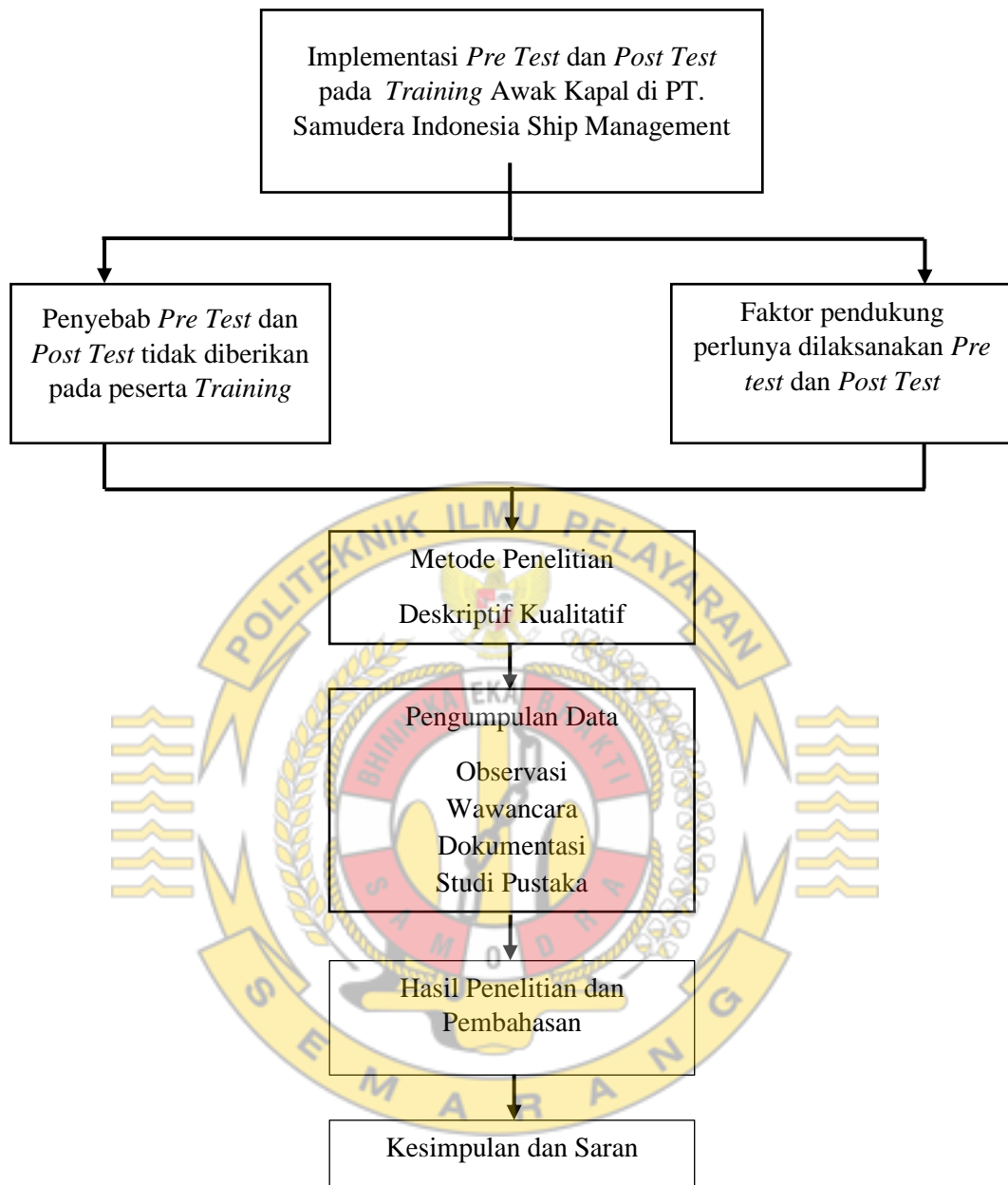
#### 2.1.4.3.2. Pelayan

Pelayan atau *steward* bertugas untuk melayani pejabat ketika makan dan membantu *chief cook* untuk mempersiapkan peralatan dapur.

### 1.6. Kerangka Pikir Penelitian

Kerangka pikir adalah suatu diagram yang menjelaskan secara garis besar alur logika proses berjalannya sebuah karya ilmiah. Jadi kerangka pikir menerangkan bahwa suatu karya ilmiah harus dilengkapi dengan kerangka pikiran yang jelas, menggambarkan suatu masalah yang menjadikan sebab dan mengapa hal tersebut bisa terjadi. Di dalam kerangka pikir menjelaskan juga proses berfikir peneliti untuk mencari cara dan memberikan penyelesaian masalah serta hasil yang diperoleh dapat meningkatkan hasil kerja.

Saat ini, dalam penelitian yang dilakukan, peneliti ingin mengetahui Implementasi *Pre Test* dan *Post Test* pada *Training* awak kapal di PT. Samudera Indonesia Ship Management dengan harapan dapat meningkatkan kualitas awak kapal saat bekerja di atas kapal serta mengetahui kemampuan awak kapal saat mengikuti *training*. Maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “IMPLEMENTASI *PRE TEST* DAN *POST TEST* PADA *TRAINING* AWAK KAPAL DI PT. SAMUDERA INDONESIA SHIP MANAGEMENT”



Gambar 2.1 Kerangka Pikir Penelitian

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang diuraikan dan dilakukan pada bab-bab sebelumnya mengenai implementasi *pre test* dan *post test* pada *training* awak kapal di PT. Samudera Indonesia Ship Management, maka dapat peneliti simpulkan sebagai berikut :

5.1.1 Implementasi *pre test* dan *post test* hanya diberikan pada satu materi *Communication Skill & Healthy Life Onboard* disebabkan karena belum ada ketentuan untuk pemberian *pre test* dan *post test* saat pelaksanaan *training* dan tergantung dari fasilitator.

5.1.2 Faktor-faktor pendorong perlunya diberikan *pre test* dan *post test* pada *training* awak kapal adalah dari kinerja awak kapal yang sudah *onboard* setelah mengikuti *training*, hasil nilai *pre test* dan *post test* materi *Communication Skill & Healthy Life Onboard* serta melalui penilaian peserta terhadap fasilitas dan fasilitator.

#### 5.2 Saran

Saran yang peneliti sampaikan adalah sebagai berikut :

5.2.1 Sebaiknya pihak dari program *training* melakukan evaluasi supaya dapat mempertimbangkan pemberian *pre test* dan *post test* semua materi *training* kepada awak kapal. Sehingga dapat digunakan sebagai perbandingan apakah program *training* yang dilaksanakan dapat meningkatkan pengetahuan para awak kapal di PT. Samudera Indonesia Ship Management.



- 5.2.2 Sebaiknya pihak dari program *training* memberikan regulasi yang jelas mengenai pelaksanaan *pre test* dan *post test* supaya dapat menguntungkan kedua belah pihak yaitu pihak perusahaan dan pihak awak kapal
- 5.2.3 Sebaiknya memberikan penghargaan kepada peserta yang mendapatkan hasil terbaik pada *pos test* supaya peserta lebih bersemangat dan memperhatikan saat penyampaian materi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Dermawan Wibisono, *Riset Bisnis Panduan Bagi Praktisi & Akademisi*, Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003
- Esty, *Asesmen Teknik Tes Dan Non Tes*. Penerbit CV IRDH, 2018.
- Firdianti, Arinda. *Implementasi Manajemen Berbasis Sekolah dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa*. Gre Publishing, 2018.
- [John R. Hollenbeck](#), [Raymond Andrew Noe](#), [Patrick M. Wright](#), [Barry Gerhart](#), *Human Resource Management*. Penerbit McGraw-Hill Education, 2016.
- Moleong, Lexy, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Penerbit PT. Remaja Rosdakarya Bandung, 2015.
- Radita Gora, *Riset Kualitatif Public Relations*. Penerbit CV. Jakad Publishing Surabaya, 2019.
- Rozalena dan Dewi, *Panduan Praktis Menyusun Pengembangan Karier dan Pelatihan Karyawan*. Penerbit Raih Asa Sukses, 2016.
- Rukin, *Metode Penelitian Kualitatif*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2019.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Penerbit CV Alfabeta Bandung, 2013.
- Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan*, Jakarta, Bumi Aksara, 2013.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia
- Undang – Undang Nomor 17 Tahun 2008 Tentang Pelayaran

## LAMPIRAN 1

### HASIL WAWANCARA

Wawancara yang peneliti lakukan dalam hal implementasi *pre test dan post test* pada *training* awak kapal di PT. Samudera Indonesia Ship Management

Nama : Vivi Zulfiana

Jabatan : *Training Executive*

Dengan hasil wawancara sebagai berikut :

Sinta : Selamat pagi Bu Vivi, lagi sibuk ngga ya bu? Mau tanya-tanya

Ibu Vivi : Sinta maafkan, mau tanya apa ndhuk?

Sinta : Nah selama *training*, *pre test* dan *post test* diberikan pada saat materinya Pak Dhofir saja ya bu yang *Communication Skill and Healthy Life Onboard*, lalu untuk materi yang lain nggak dikasih *pre test* dan *post test*. Itu karena apa ya bu, kok materi yang lain nggak dikasih *pre test* dan *post test*?

Ibu Vivi : Karena pengajarnya nggak nyiapin sin. Kalau *pre test and post test* yang kumplit adanya di *NS5* sama *Commskill* juga ada.

Sinta : Jadi untuk *pre test* dan *post test* nya itu memang ngga wajib diberikan pada setiap materi ya bu? Tergantung dari pengajarnya mau ngasih atau nggak?

Ibu Vivi : Iya betul, jadi belum ada ketentuan memberikan *pre test* dan *post test*. Sebaiknya sih memang ada sin

Sinta : Iya bu, banyak manfaatnya juga kalau ada *pre test* dan *post test*

Pada kesempatan lain, peneliti melakukan wawancara lagi dengan Ibu Vivi Zulfiana, dengan hasil wawancara sebagai berikut :

Sinta : Selamat siang Bu Vivi, lagi sibuk atau ngga ya bu? Saya mau tanya sedikit bu, terimakasih

Ibu Vivi : Hai sin, monggo mau tanya apa nih?

Sinta : Ini bu, waktu itu kan Bu Vivi bilang kalau sebaiknya memang ada *pre test* dan *post test* untuk setiap materi *training*. Nah saya mau tanya bu, menurut Bu Vivi kenapa sebaiknya ada pemberian *Pre Test* dan *Post Test* waktu *training*?

Ibu Vivi : Oalah hehehe, jadi gini tes itu kan sebenarnya untuk liat dia seberapa jauh pemahaman peserta dengan pelatihan yang kita berikan ya, nah *pre* itu kan diberikan sebelum. Seberapa besar pemahaman dia sebelum ikut *training*? Nah kalau *post test* itu seberapa besar pemahaman dia setelah *training*? Jadi kita bisa bandingin tuh ada perubahan ngga sih individu tersebut sebelum dan setelah *training*. Kurang lebih begitu sin.

Sinta : Jadi untuk mengetahui perbandingan dari peserta *training* ya bu, dan tau ada peningkatan/ tidak terhadap peserta nya. Kalau menurut Bu Vivi, bener ngga kalau *pre test* dan *post test* itu bisa dijadikan evaluasi supaya program *training* kedepannya bisa lebih baik lagi?

Ibu Vivi : Sebelum saya jawab, saya mau tanya pendapat sinta dulu

Sinta : Hehehe, menurut saya bisa bu, karena dengan *pre test* dan *post test* kita tahu perbandingan pengetahuan dari awak kapalnya. Misal ya

bu, udah tau hasil dari *pre test* dan *post test* nya terus nilainya ada yang naik, ada yang nilainya tetep atau malah menurun, nah jadi kita tau dan bisa evaluasi faktor penyebabnya apa aja kok ada peserta yang tidak mengalami peningkatan, dengan begitu kalau sudah evaluasi, bisa diperbaiki dan program *training* selanjutnya bisa lebih baik lagi. Gitu bu hehe

Ibu Vivi : Nah itu udah cakep bahasanya. Saya tambahai dikit aja, perbaiki *training* kedepannya bisa berdasarkan kegiatannya secara umum atau perbaiki untuk si individunya sendiri alias pelaut yang diikuti sertakan.

Sinta : Oh iya bu, untuk *pre test* dan *post test* materinya pak dhofir, pertanyaannya yang buat berarti pak dhofir sendiri atau gimana bu?

Ibu Vivi : Untuk *Pre Test* dan *Post Test* materi *Communication Skill & Healthy Life Onboard* memang keinginan dari Pak Dhofir, dan beliau sendiri yang membuat pertanyaannya. Jadi kita dari bagian *Training* hanya menyiapkan saja. Kalau untuk materi yang lain belum ada *Pre Test* dan *Post Test* nya memang karena pengajar tidak menyiapkan, jadi ya untuk saat ini tergantung dari pengajarnya mau memberi *Pre Test* dan *Post Test* atau tidak

Sinta : Oalah gitu ya bu, siap Bu Vivi makasih buat waktunya ya bu udah mau jawab pertanyaan saya. Semoga sehat selalu Bu Vivi

Ibu Vivi : Amin macam dek sinta, sukses yahhh

Wawancara yang peneliti lakukan dalam hal implementasi *pre test* dan *post test* pada *training* awak kapal di PT. Samudera Indonesia Ship Management

Nama : Mudhofir

Jabatan : *Recruitment Executive* / *Fasilitator Training*

Dengan hasil wawancara sebagai berikut :

Sinta : Ijin Pak Dhofir, ini materi yang disampaikan Pak Dhofir tentang *Commskill* ada *pre test* dan *pos test* nya pak?

Pak Dhofir : Iya ada, nanti tolong di print ya sinta

Sinta : Siap pak habis ini saya print. Ijin bertanya pak, Pak Dhofir memberikan *pre test* dan *post test* pada materi yang bapak sampaikan alasannya apa ya pak? Sedangkan selama saya mengikuti kegiatan *training*, materi yang lain tidak ada pemberian *pre test* dan *post test* pak. Kecuali *training NS5* ada *pre test* dan *post test* nya pak. Itu memang keinginan dari Pak Dhofir atau gimana?

Pak Dhofir : Memberikan *Pre Test* dan *Post Test* memang keinginan saya sendiri karena ingin tahu perbandingan kemampuan awak kapal waktu ikut *training* pada materi yang saya sampaikan, apakah ada peningkatan atau tidak, selain itu supaya awak kapal bisa memperhatikan dan memahami dengan jelas materi yang saya sampaikan, sehingga nanti bisa mengerjakan soal *post test*. Evaluasi untuk saya juga sebagai fasilitator, supaya kedepannya bisa lebih baik lagi saat menyampaikan materi



Sinta : Jadi memang keinginan pak Dhofir sendiri ya pak. Berarti yang membuat soalnya Pak Dhofir ya?

Pak Dhofir : Iya betul sinta, yang bikin soalnya juga saya sendiri. Iya memang sebaiknya ada *pre test* dan *post test* untuk materi yang lain sin.

Sinta : Siap iya pak, maka dari itu saya menanyakan mengapa hanya pak dhofir yang memberikan *pre test* dan *post test*.

Pak Dhofir : Iya itu tadi ya alasan saya memberikan *Pre Test* dan *Post Test* waktu materi *CommSkill*

Sinta : Siap pak, terimakasih ya Pak Dhofir



## LAMPIRAN 2

### FOTO KEGIATAN



Kegiatan *training* di PT. Samudera Indonesia Ship Management



Hasil dokumentasi saat wawancara dengan fasilitator *training*



Kunjungan ke MT. Sinar Bukom karena ada awak kapal yang meninggal



## LAMPIRAN 3

## HASIL NILAI PRE TEST

PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SUAIB H / STEWARD

TANGGAL : 10 OKTOBER 2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :

☒ A. Influence  
☐ B. Dominant  
☐ C. Intuitive  
☐ D. Compliance  
☐ E. Steadiness

2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:

☐ A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung  
☒ B. Sibuk dengan diri sendiri  
☐ C. Faktor kawan / lawan, sungkan  
☐ D. Kondisi Fisik  
☐ E. Hanya A dan B yang benar

3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah

☐ A. Diam Menyimak  
☐ B. Tidak memotong pembicaraan  
☐ C. Tidak meninggalkan lawan bicara  
☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan  
☐ E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara

4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :

☐ A. Menggunakan umpan balik  
☐ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,  
☒ C. Komunikasi tatap muka  
☐ D. Mengendalikan emosi  
☐ E. Menghormati semua orang

5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :

☐ A. Mengurangi masalah  
☐ B. Menyamakan pemahaman  
☐ C. Mengambil keputusan  
☐ D. Mengajak / mempengaruhi  
☒ E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----

40

## PRE TEST POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SURATNO

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :

A. Influence  
 B. Dominant  
 C. Intuitive  
☒ D. Compliance  
 E. Steadiness

2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:

A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung  
 B. Sibuk dengan diri sendiri  
 C. Faktor kawan / lawan, sungkan  
 D. Kondisi Fisik  
☒ E. Hanya A dan B yang benar.

3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah

A. Diam Menyimak  
 B. Tidak memotong pembicaraan  
 C. Tidak meninggalkan lawan bicara  
☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan  
 E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara

4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :

☒ A. Menggunakan umpan balik  
 B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,  
 C. Komunikasi tatap muka  
 D. Mengendalikan emosi  
 E. Menghormati semua orang

5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :

A. Mengurangi masalah  
 B. Menyamakan pemahaman  
 C. Mengambil keputusan  
☒ D. Mengajak / mempengaruhi  
 E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----

90

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : ADE ANTO / A/B

TANGGAL : 10-10-2018.

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
  - A. Influence
  - B. Dominant
  - C. Intuitive
  - ☒ D. Compliance
  - E. Steadiness
2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:
  - A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - D. Kondisi Fisik
  - ☒ E. Hanya A dan B yang benar
3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
  - A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
  - ☒ A. Menggunakan umpan balik
  - B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang
5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
  - A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - ☒ D. Mengajak / mempengaruhi
  - E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----



80

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SUBUR HARTONO/AB. TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :

A. Influence  
 B. Dominant  
 X C. Intuitive  
 X D. Compliance  
 E. Steadiness

2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:

A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung  
 B. Sibuk dengan diri sendiri  
 C. Faktor kawan / lawan, sungkan  
 D. Kondisi Fisik  
 X E. Hanya A dan B yang benar

3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah

A. Diam Menyimak  
 B. Tidak memotong pembicaraan  
 C. Tidak meninggalkan lawan bicara  
 X D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan  
 E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara

4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :

A. Menggunakan umpan balik  
 X B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,  
 C. Komunikasi tatap muka  
 D. Mengendalikan emosi  
 E. Menghormati semua orang

5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :

A. Mengurangi masalah  
 B. Menyamakan pemahaman  
 C. Mengambil keputusan  
 D. Mengajak / mempengaruhi  
 X E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----

40

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : NURYADI / ELECTRICIAN TANGGAL : 10 - OCT - 2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
  - ☒ A. Influence
  - B. Dominant
  - C. Intuitive
  - ☒ D. Compliance
  - E. Steadiness
2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:
  - ☒ A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - ☒ B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar
3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
  - A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
  - ☒ A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang
5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
  - A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - D. Mengajak / mempengaruhi
  - ☒ E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----

60

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : RESPATI YUDAWIRYA / AB TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- ☒ A. Influence
  - ☐ B. Dominant
  - ☒ C. Intuitive
  - ☐ D. Compliance
  - ☐ E. Steadiness
2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali :
- ☐ A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - ☐ B. Sibuk dengan diri sendiri
  - ☐ C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☐ D. Kondisi Fisik
  - ☒ E. Hanya A dan B yang benar
3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah :
- ☐ A. Diam Menyimak
  - ☐ B. Tidak memotong pembicaraan
  - ☐ C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - ☐ E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- ☐ A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - ☐ C. Komunikasi tatap muka
  - ☐ D. Mengendalikan emosi
  - ☐ E. Menghormati semua orang
5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- ☐ A. Mengurangi masalah
  - ☐ B. Menyamakan pemahaman
  - ☐ C. Mengambil keputusan
  - ☒ D. Mengajak / mempengaruhi
  - ☒ E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----

80

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SUSTIYANTO

TANGGAL : 10/10/18

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
  - ☒ A. Influence
  - B. Dominant
  - C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:
  - ☒ A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - D. Kondisi Fisik
  - ☒ E. Hanya A dan B yang benar
3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
  - ☒ A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
  - ☒ A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang
5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
  - ☒ A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - D. Mengajak / mempengaruhi
  - ☒ E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----

(90)

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK :

Kusnan / OIP

TANGGAL : 10/10/2018.

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
  - ☒ A. Influence
  - ☐ B. Dominant
  - ☐ C. Intuitive
  - ☐ D. Compliance
  - ☐ E. Steadiness
2. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:
  - ☐ A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - ☐ B. Sibuk dengan diri sendiri
  - ☒ C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☐ D. Kondisi Fisik
  - ☐ E. Hanya A dan B yang benar
3. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
  - ☒ A. Diam Menyimak
  - ☐ B. Tidak memotong pembicaraan
  - ☐ C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - ☐ E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
4. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
  - ☐ A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - ☐ C. Komunikasi tatap muka
  - ☐ D. Mengendalikan emosi
  - ☐ E. Menghormati semua orang
5. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
  - ☐ A. Mengurangi masalah
  - ☐ B. Menyamakan pemahaman
  - ☐ C. Mengambil keputusan
  - ☒ D. Mengajak / mempengaruhi
  - ☐ E. Hanya B dan D yang benar

----- Terimakasih -----



PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : R. YUDA PRAWIRA

TANGGAL : 10-10-18.

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :

- a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
- b. Berolahraga secara teratur
- c. Istirahat teratur
- ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
- e. Berfikir positif

2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna

- a. Jagung
- b. Susu beruang
- ☒ c. Minuman berenergi
- d. Daging bebek
- e. Kangkung (minimum)

3. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:

- ☒ a. 10 jam / hari
- b. 11 jam / hari
- c. 12 jam / hari
- d. 13 jam / hari
- e. 14 jam / hari (maksimum)

4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:

- ☒ a. 60 jam / minggu
- b. 67 jam / minggu
- c. 70 jam / minggu
- d. 77 jam / minggu
- e. 72 jam / minggu

5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia

- a. Batu ginjal
- ☒ b. Serangan Jantung
- c. Hipertensi
- d. Usus Buntu
- e. Diabetes

----- Terimakasih -----



60

PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : Sustiyanto

TANGGAL : 10/10/18

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - ☒ b. Berolahraga secara teratur
  - c. Istirahat teratur
  - ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
  - e. Berfikir positif
2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - a. Jagung
  - b. Susu beruang
  - ☒ c. Minuman berenergi
  - d. Daging bebek
  - e. Kangkung (minimum)
3. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ a. 10 jam / hari
  - b. 11 jam / hari
  - c. 12 jam / hari
  - d. 13 jam / hari
  - e. 14 jam / hari (maximum)
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ a. 60 jam / minggu
  - b. 67 jam / minggu
  - c. 70 jam / minggu
  - d. 77 jam / minggu
  - e. 72 jam / minggu
5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - a. Batu ginjal
  - ☒ b. Serangan Jantung
  - c. Hipertensi
  - d. Usus Buntu
  - e. Diabetes

----- Terimakasih -----

40

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SUAIB H / STWD

TANGGAL : 10-10-2010

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :

- 8
- a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - b. Berolahraga secara teratur
  - c. Istirahat teratur
  - ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
  - e. Berfikir positif

2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna

- 8
- a. Jagung
  - b. Susu beruang
  - ☒ c. Minuman berenergi
  - d. Daging bebek
  - e. Kangkung (minimum)

3. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:

- 8
- a. 10 jam / hari
  - b. 11 jam / hari
  - ☒ c. 12 jam / hari
  - d. 13 jam / hari
  - e. 14 jam / hari (maksimum)

4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:

- 8
- a. 60 jam / minggu
  - b. 67 jam / minggu
  - ☒ c. 70 jam / minggu
  - d. 77 jam / minggu
  - e. 72 jam / minggu

5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia

- 8
- a. Batu ginjal
  - b. Serangan Jantung
  - ☒ c. Hipertensi
  - d. Usus Buntu
  - e. Diabetes

----- Terimakasih -----

X C

20

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : ADE ANTO

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - b. Berolahraga secara teratur
  - c. Istirahat teratur
  - ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
  - e. Berfikir positif
2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - ☒ a. Jagung
  - b. Susu beruang
  - c. Minuman berenergi
  - d. Daging bebek
  - e. Kangkung
3. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 10 jam / hari
  - b. 11 jam / hari
  - ☒ c. 12 jam / hari
  - d. 13 jam / hari
  - e. 14 jam / hari
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 60 jam / minggu
  - b. 67 jam / minggu
  - c. 70 jam / minggu
  - ☒ d. 77 jam / minggu
  - e. 72 jam / minggu
5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - a. Batu ginjal
  - b. Serangan Jantung
  - ☒ c. Hipertensi
  - d. Usus Buntu
  - e. Diabetes

----- Terimakasih -----

(40)

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : Kusnan / Oke

TANGGAL : 10/10/2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :

- ☒ a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur  
☐ b. Berolahraga secara teratur  
☐ c. Istirahat teratur  
☒ d. Bekerja dan terus bekerja  
☐ e. Berfikir positif

2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna

- ☒ a. Jagung  
☐ b. Susu beruang  
☒ c. Minuman berenergi  
☒ d. Daging bebek  
☐ e. Kangkung (minimum)

3. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:

- ☐ a. 10 jam / hari  
☐ b. 11 jam / hari  
☒ c. 12 jam / hari  
☐ d. 13 jam / hari  
☐ e. 14 jam / hari (maksimum)

4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:

- ☒ a. 60 jam / minggu  
☐ b. 67 jam / minggu  
☐ c. 70 jam / minggu  
☐ d. 77 jam / minggu  
☐ e. 72 jam / minggu

5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia

- ☐ a. Batu ginjal  
☒ b. Serangan Jantung  
☐ c. Hipertensi  
☐ d. Usus Buntu  
☐ e. Diabetes

----- Terimakasih -----

60

## PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SUBARHARTONO / A/B . TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - b. Berolahraga secara teratur
  - c. Istirahat teratur
  - ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
  - e. Berfikir positif
2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - a. Jagung
  - b. Susu beruang
  - ☒ c. Minuman berenergi
  - d. Daging bebek
  - e. Kangkung
3. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 10 jam / hari
  - ☒ b. 11 jam / hari
  - c. 12 jam / hari
  - d. 13 jam / hari
  - ☒ e. 14 jam / hari
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 60 jam / minggu
  - b. 67 jam / minggu
  - c. 70 jam / minggu
  - d. 77 jam / minggu
  - ☒ e. 72 jam / minggu
5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - a. Batu ginjal
  - b. Serangan Jantung
  - ☒ c. Hipertensi
  - d. Usus Buntu
  - e. Diabetes

----- Terimakasih -----

80 40

PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SURATNO

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - b. Berolahraga secara teratur
  - c. Istirahat teratur
  - ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
  - e. Berfikir positif
2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - a. Jagung
  - b. Susu beruang
  - ☒ c. Minuman berenergi
  - d. Daging bebek
  - e. Kangkung
3. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 10 jam / hari
  - b. 11 jam / hari
  - c. 12 jam / hari
  - d. 13 jam / hari
  - ☒ e. 14 jam / hari
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 60 jam / minggu
  - b. 67 jam / minggu
  - ☒ c. 70 jam / minggu
  - d. 77 jam / minggu
  - e. 72 jam / minggu
5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - a. Batu ginjal
  - ☒ b. Serangan Jantung
  - c. Hipertensi
  - d. Usus Buntu
  - e. Diabetes

----- Terimakasih -----



40

PRE TEST / POS TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : NILIRYADI EUGET

TANGGAL : 10-02-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - a. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - b. Berolahraga secara teratur
  - c. Istirahat teratur
  - ☒ d. Bekerja dan terus bekerja
  - e. Berfikir positif
2. Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - a. Jagung
  - b. Susu beruang
  - ☒ c. Minuman berenergi
  - d. Daging bebek
  - e. Kangkung
3. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - a. 10 jam / hari
  - b. 11 jam / hari
  - c. 12 jam / hari
  - d. 13 jam / hari
  - ☒ e. 14 jam / hari
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ a. 60 jam / minggu
  - b. 67 jam / minggu
  - c. 70 jam / minggu
  - d. 77 jam / minggu
  - e. 72 jam / minggu
5. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - a. Batu ginjal
  - b. Serangan Jantung
  - ☒ c. Hipertensi
  - d. Usus Buntu
  - e. Diabetes

----- Terimakasih -----

## LAMPIRAN 4

## HASIL NILAI POST TEST

100

PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SUAI B. H. / STWD

TANGGAL : .....

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :

- A. Mengurangi masalah
- B. Menyamakan pemahaman
- C. Mengambil keputusan
- D. Mengajak / mempengaruhi
- ☒ E. Hanya B dan D yang benar

7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :

- A. Influence
- B. Dominant
- ☒ C. Intuitive
- D. Compliance
- E. Steadiness

8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali :

- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
- B. Sibuk dengan diri sendiri
- C. Faktor kawan / lawan, sungkan
- D. Kondisi Fisik
- ☒ E. Hanya A dan B yang benar

9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah

- A. Diam Menyimak
- B. Tidak memotong pembicaraan
- C. Tidak meninggalkan lawan bicara
- ☒ D. Menunjukan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
- E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara

10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :

- A. Menggunakan umpan balik
- ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
- C. Komunikasi tatap muka
- D. Mengendalikan emosi
- E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----

80

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : Kusnan / 0102

TANGGAL : .....

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - D. Mengajak / mempengaruhi
  - ☒ E. Hanya B dan D yang benar
7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- A. Influence
  - B. Dominant
  - ☒ C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:
- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☒ D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar
9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
- A. Diam Menyimak
  - ☒ B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----

40

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SUPATNO

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - ☒ D. Mengajak / mempengaruhi
  - E. Hanya B dan D yang benar
7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4 (empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- A. Influence
  - B. Dominant
  - ☒ C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali :
- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☒ D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar
9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
- A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - ☒ E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : ADE ANTO

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - ☒ C. Mengambil keputusan
  - D. Mengajak / mempengaruhi
  - E. Hanya B dan D yang benar
7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4 (empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- A. Influence
  - B. Dominant
  - ☒ C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:
- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☒ D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar
9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
- A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- A. Menggunakan umpan balik
  - B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - ☒ E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----



60

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SUBUR HARTONO/AB. TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - ☒ D. Mengajak / mempengaruhi
  - E. Hanya B dan D yang benar
7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4 (empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- A. Influence
  - B. Dominant
  - ☒ C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali :
- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☒ D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar
9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
- A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----



60

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : NUFYADI ELECTRICIAN TANGGAL: 10-01-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - D. Mengajak / mempengaruhi
  - ☒ E. Hanya B dan D yang benar
7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4 (empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- ☒ A. Influence
  - B. Dominant
  - C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali :
- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - ☒ B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar
9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
- A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----

60

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : R. LIDA PRAWIRA / AB TANGGAL : 10-10-18.

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :
- A. Mengurangi masalah
  - B. Menyamakan pemahaman
  - C. Mengambil keputusan
  - ☒ D. Mengajak / mempengaruhi
  - E. Hanya B dan D yang benar
7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4 (empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :
- A. Influence
  - B. Dominant
  - ☒ C. Intuitive
  - D. Compliance
  - E. Steadiness
8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali :
- ☒ A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
  - B. Sibuk dengan diri sendiri
  - C. Faktor kawan / lawan, sungkan
  - ☒ D. Kondisi Fisik
  - E. Hanya A dan B yang benar ✓
9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah
- A. Diam Menyimak
  - B. Tidak memotong pembicaraan
  - C. Tidak meninggalkan lawan bicara
  - ☒ D. Menunjukkan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
  - E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara
10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :
- A. Menggunakan umpan balik
  - ☒ B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
  - C. Komunikasi tatap muka
  - D. Mengendalikan emosi
  - E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----

80

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : COMMUNICATION SKILL

NAMA / RANK : SusipartoTANGGAL : 10/10/18

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

6. Berikut ini adalah fungsi komunikasi bagi kita di dunia kerja, kecuali :

- A. Mengurangi masalah
- B. Menyamakan pemahaman
- C. Mengambil keputusan
- D. Mengajak / mempengaruhi
- E. Hanya B dan D yang benar

7. Dalam teori DISC, perilaku manusia dibedakan menjadi 4(empat), berikut adalah kelompok yang bukan dari kelompok menurut DISC Teori :

- A. Influence
- B. Dominant
- C. Intuitive
- D. Compliance
- E. Steadiness

8. Berikut hambatan saat mendengarkan dalam berkomunikasi, kecuali:

- A. Kondisi lingkungan yang kurang mendukung
- B. Sibuk dengan diri sendiri
- C. Faktor kawan / lawan, sungkan
- D. Kondisi Fisik
- E. Hanya A dan B yang benar

9. Berikut yang bukan etika dalam komunikasi adalah

- A. Diam Menyimak
- B. Tidak memotong pembicaraan
- C. Tidak meninggalkan lawan bicara
- D. Menunjukan bahwa kita lebih pandai dibanding lawan bicara agar lebih meyakinkan
- E. Tidak menepis pembicaraan lawan bicara

10. Berikut adalah kiat komunikasi yang efektif, kecuali :

- A. Menggunakan umpan balik
- B. Fokus kepada apa yang ingin kita sampaikan, mengabaikan dampak bahasa tubuh,
- C. Komunikasi tatap muka
- D. Mengendalikan emosi
- E. Menghormati semua orang

----- Terimakasih -----

(80)

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : R. YUDA PRADIKA

TANGGAL : 10-10-18

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar  
(minimum)

1. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - ☒ B. Serangan Jantung
  - C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu (maksimum)
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - D. 77 jam / minggu
  - ☒ E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----

60

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SustiyantoTANGGAL : 10/10/18

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar (minimum)

1. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - ☒ B. Serangan Jantung
  - C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu (maksimum)
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - ☒ D. 77 jam / minggu
  - E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----



80

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SUAIB H / STWDTANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Jumlah jam Istirahat <sup>(minimum)</sup> yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - B. Serangan Jantung
  - ☒ C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu <sup>(maksimum)</sup>
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - D. 77 jam / minggu
  - ☒ E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----



80

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : ADEARZO / A/B

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar  
(minimum)

1. Jumlah jam istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - ☒ B. Serangan Jantung
  - C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu (maksimum)
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - D. 77 jam / minggu
  - ☒ E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----

(60)

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : Kusuma / 05121

TANGGAL : 10/10/2018.

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - ☒ B. Serangan Jantung
  - C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu (maximum)
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - ☒ D. 77 jam / minggu
  - E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----

60

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SUBUHARTONO / AB. TANGGAL : 10-10-2018.

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - ☒ B. Serangan Jantung
  - C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - ☒ D. 77 jam / minggu
  - E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----

80

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : SURATNO

TANGGAL : 10-10-2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar (minimum)

1. Jumlah jam Istirahat yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - ☒ B. Serangan Jantung
  - C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu (maksimum)
4. Jumlah jam bekerja dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - D. 77 jam / minggu
  - ☒ E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----

(60)

## PRE TEST / POST TEST

MATERI : HEALTHY LIFE ONBOARD

NAMA / RANK : NURYADI..... ELCTRICIAN TANGGAL : 10 - OCT - 2018

Pilihlah jawaban berikut dengan benar dengan memberi tanda silang (X) pada huruf yang benar

1. Jumlah jam Istirahat <sup>(minimum)</sup> yang dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - ☒ A. 10 jam / hari
  - B. 11 jam / hari
  - C. 12 jam / hari
  - D. 13 jam / hari
  - E. 14 jam / hari
2. Berikut ini adalah cara hidup sehat yang bisa dilakukan di atas kapal, kecuali :
  - A. Menjaga pola makan yang sehat dan teratur
  - B. Berolahraga secara teratur
  - C. Istirahat teratur
  - ☒ D. Bekerja dan terus bekerja
  - E. Berfikir positif
3. Penyakit yang paling sering dialami oleh pelaut Samudera Indonesia
  - A. Batu ginjal
  - B. Serangan Jantung
  - ☒ C. Hipertensi
  - D. Usus Buntu <sup>(maksimum)</sup>
4. Jumlah jam bekerja <sup>(maksimum)</sup> dianjurkan kepada pelaut di kapal berdasarkan MLC 2006 adalah:
  - A. 60 jam / minggu
  - B. 67 jam / minggu
  - C. 70 jam / minggu
  - ☒ D. 77 jam / minggu
  - E. 72 jam / minggu
5. Diabetes Berikut adalah yang bukan termasuk makanan 4 sehat 5 sempurna
  - A. Jagung
  - B. Susu beruang
  - ☒ C. Minuman berenergi
  - D. Daging bebek
  - E. Kangkung

----- Terimakasih -----

TOPIK PELATIHAN	:	Training Inhouse for Supporting Level
TANGGAL PELAKSANAAN	:	OKTOBER/22, 09-10 Oktober 2018
LOKASI PELAKSANAAN	:	Ruang Training SISM

**Terlampir dalam Laporan Training :**

- 1 Absensi Kehadiran Peserta Training
- 2 Lembar Evaluasi Pelaksanaan kegiatan (*Feedback*) dari Peserta
- 3 Lembar Evaluasi Peserta Training
- 4 PrePost Test Communication Skill
- 5 PrePost Test Healthy Life onboard
- 6 Dokumentasi Kegiatan

Berikut ini ialah Resume dari Evaluasi Pelaksanaan Training (*Feedback Form*)

	5 Sangat Baik	4 Baik	3 Cukup Baik	2 Kurang Baik	1 Tidak Baik	Penilaian Fasilitas				
Kondisi ruangan training						4.20				
Perlengkapan pendukung training (LCD, Komputer, dll)						4.00				
Materi (Modul), Worksheet Group Discussion, Kasus yang diberikan						3.50				
Makanan kecil, makan (jika ada)						4.30				
Topik yang disampaikan sangat bermanfaat bagi pekerjaan Anda						4.30				
Apakah materi yang disampaikan cocok dengan pekerjaan Anda?						4.30				
Pemahaman terhadap Materi yang diberikan						4.10				
Materi yang disampaikan menambah Pengetahuan (Knowledge)						4.22				
						Wahyu	Capri, Subekti	Dhohri	Desang	Yuli
Fasilitator menguasai materi training						4.00	4.00	4.10	4.10	4.30
Fasilitator menjelaskan materi dengan terstruktur: pentingnya, isi, kesimpulan dan generapan						4.10	4.10	4.20	4.20	4.20
Fasilitator menciptakan suasana pembelajaran yang nyaman						4.20	4.40	4.20	4.00	4.20
Fasilitator dalam menjawab pertanyaan						4.10	4.20	4.10	3.90	4.10
Fasilitator memberikan contoh dan analogi						4.20	4.20	4.50	4.30	4.50
Fasilitator berbicara dengan bahasa yang jelas dan percaya diri						4.10	4.30	4.20	4.10	4.30
Fasilitator melibatkan peserta (bertanya dan berdiskusi)						4.20	4.10	4.40	4.10	4.30
Fasilitator menggunakan waktu dengan efektif dan efisien						4.11	4.11	4.20	4.20	4.30

**Komentar dari Peserta Training :**

Lumayan untuk mengingatkan kembali dan menambah wawasan kita

Sangat bermanfaat untuk menambah wawasan

Sangat berguna karena menambah pengetahuan, keselamatan, keamanan dalam bekerja

Sangat berguna terlebih ditunjang alat-alat yang dimateri ada dan dipraktikan

Semoga semakin baik, super, luar biasa

Sangat penting karena menambah pengetahuan untuk bekal pada saat bekerja di atas kapal

Terimakasih telah diberi kesempatan untuk mengikuti training

Fasilitas training yang saya ikuti sangat baik

Fasilitatornya sangat baik karena mampu membuat suasana nyaman dan tenang

Rilex, berwisata

Sangat baik dan menambah ilmu serta wawasan kami. Memajukan sumber daya pelaut di PT. Samudera Indonesia

Bisa lebih memperhatikan arti pentingnya keselamatan

Sangat baik sekali

Sangat bagus untuk dipertahankan, training dengan materi-materi yang diajarkan

Sangat berguna pada saat bekerja di atas kapal dan bermanfaat bagi diri saya sendiri, dan saya berterimakasih atas pengajar

Semuanya sangat baik, karena membuat peserta dan suasana happy

*[Signature]*



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



1. Nama : Sinta Indah Riansari
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Purwokerto, 2 Januari 1998
3. NIT : 531611306245 K
4. Agama : Kristen
5. Alamat Asal : Kenteng RT 03 RW 05, Kel. Tegalrejo  
Kec. Argomulyo, Salatiga
6. Nama Orang Tua
  - a. Ayah : Latib  
Pendidikan : SMA  
Pekerjaan : TNI – AD
  - b. Ibu : Lidia Jumi Astuti  
Pendidikan : SMA  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
7. Pendidikan Formal
  - a. SD : SD N Tegalrejo 02 Salatiga
  - b. SMP : SMP N 02 Salatiga
  - c. SMA : SMA N 03 Salatiga
  - d. Perguruan Tinggi : Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang
8. Pengalaman Praktek Darat
  - a. PT. Samudera Indonesia Ship Management
  - b. PT. Pupuk Indonesia Logistik  
31 Juli 2018 – 31 Juli 2019